

2021 5



大阪自動車整備健康保険組合 保健師からのお手紙

検診(健診)に行こう!



平素より健康保険組合の保健事業に、ご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

会社勤めをされている方は、定期的に健診を受ける機会がありますが、被扶養者(以下:家族)の皆さまは自主的に受けなければ機会を逃してしまいます。当健保組合では家族の5人に1人しか、健診を受けていません。

今年も特定健診が始まります。特定健診は生活習慣病を予防することを目的に、その前兆となるメタボに着目して行う健診です。実は、メタボの要因は、新型コロナの重症化リスクと重なることがわかっています。

生活習慣病から身を守ること、それは、新型コロナに備えることにもつながります。



40~74歳の方は、必ず毎年受けてください!

家族も受けよう

特定健診

とても簡単!

特定健診の受け方

案内が届く

・対象者には受診券や健診機関の案内が届くので、**直接、健診機関に予約**をします。



受診する

・当日は**保険証・受診券**を持参します。
・主な検査項目
・○問診○身体測定○診察○血圧測定○血液検査○尿検査等



結果を確認

・各項目の**検査結果とメタボの判定結果を確認**
・前回の結果と比較して悪化していないか→悪化していたら生活習慣の改善を!
・医療機関への受診を勧められた場合は→**必ず受診!!**

特定
保健指導

・生活習慣病のリスクがある人は、**レベルに応じて特定保健指導**の案内が届くので→**是非利用を!!**



異常が無くても、年に1回 健診を受けましょう!

受けない理由

昨年受けたから
今年パス…

忙しい
のよ！

元気だしどこも
痛くないし…

通院中なので…

特定健診で以下の病気を
チェックできます

糖尿病
高血圧症
脂質異常症
肝機能障害
慢性腎臓病

- 特定健診は、40～74 歳すべての方々を対象に、国から医療保険者に義務付けられた健診です。
- 生活習慣病にかかると治療に時間もお金もかかります。特定健診を受けて早い段階で体の変化を見つければ、生活習慣を見直すだけで改善できます。
- 通院中の人は、かかりつけ医と相談して受けることもできます。
- 毎年受けるからこそ分かることもあります。

費用

- 特定健診……………40 歳以上の家族：自己負担なし（無料）
（がん検診はお住いの市区町村で）
- *生活習慣病予防健診……家族の受診希望者（20 歳以上）：一部負担金 7,000 円
- *半日ドック……………家族の受診希望者（20 歳以上）：一部負担金 25,000 円
（*オプションで肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診、婦人科（子宮がん、乳がん）検診、ピロリ菌検査を実施した時に各 1,000 円の補助あり）

がん検診も受けましょう！

- ◇ がんは日本人の死因の第 1 位。しかし、特定健診だけでは、がんが見つかることはほとんどありません。がんは早期発見、早期治療で生存率を高められます。
- ◇ がん検診は、当健保組合の生活習慣病予防健診、半日ドックのオプションで受けることができます。また、お住まいの市区町村でも受けることができます。（費用については、各市町村へお問い合わせください。）
- ◇ 症状や、家系的に心配のある方は直接病院に相談しましょう。

国が推奨しているがん検診

胃がん **肺がん** **大腸がん** **子宮がん** **乳がん**

〈お問合せ先〉 ☎542-0066 大阪市中央区瓦屋町 2-3-1 岸和田第 3 ビル 3 階 大阪自動車整備健康保険組合
医療費適正化対策室 保健師：上田、阪本 Tel：06-6762-6371 Fax：06-6763-1800

バックナンバーは健保組合ホームページで <http://www.oj-kenpo.com>